

えすえぬ

フォー

オール

チルドレン

※S…スマイル N…中村ゼミ

S-N※ For all children

〔活動期間16年〕

新潟医療福祉大学健康科学部栄養学科
中村ゼミの子ども達への食育活動児童発達支援センター
での活動

「弁当の日」の取組



幼児を対象とした食育劇



すべての子ども達に食育を

幼児～高校生を主な対象に、子ども達の成長に合わせた食育活動を行っています。幼児への食育劇や、中学生を対象とした慢性腎臓病（CDK）普及啓発活動、高校の運動部へのサポート活動等、**大学での専門的な学びを生かした取組**を行っています。

小学校と連携して「弁当の日」を実施

新潟市立木崎小学校と連携し、「栄養バランスの取れたキャラクター弁当を作る」というゴールのもと、各学年の発達段階に応じて食について学習する「弁当の日」を16年間継続的に行っています。本活動では、家庭での調理の機会等を設けることにより、**児童の保護者にも波及効果**があるよう工夫しています。

児童発達支援センター・放課後等デイサービスでの食育

発達障がい児やダウン症児への食育に力を入れており、子どもの食の悩みに合わせ、五感を使って苦手な食材に親しむことを中心とした活動を行っています。保護者からは、みんなで食育に取り組むことで苦手な食材にチャレンジする姿がみられた等、涙を浮かべながら話して下さることもあり、今後もすべての子どもと保護者の笑顔の輪が広がる活動を継続していきたいです。

新潟スポーツ栄養サポートグループ

〔活動期間22年〕

新潟県内の多世代対象の 食育・スポーツ栄養の普及活動



英会話教室での
食育セミナー



バスケットボール部へのセミナー



クリニックでのセミナー



食育料理教室

スポーツ栄養の知識を広く普及したい

新潟県栄養士会会員の資質向上とスポーツ栄養の知識を広く県民に普及することを目的に、同会内に前身である「スポーツ栄養部会」を立ち上げました。当グループでは公認スポーツ栄養士を目指す者、スポーツ栄養の指導・活動業務に興味がある者、食育活動同職種の間と交流を深めたい者などが在籍し、日々切磋琢磨しています。

「食」で夢をかなえるお手伝い

スポーツ栄養の知識と実践方法を若者から高齢者までわかりやすく伝え、現代社会のニーズに合わせた食支援を行っています。セミナー等では、自分の目標（健康増進や競技力向上など）に向かうための食・栄養を自分自身で考える機会を提供することで、行動変容につなげています。これらを通じ、**スポーツ栄養をフレイル予防にも活用**しています。

生活の中で使える食事のとり方をアドバイス

補食の摂り方や水分補給方法など、実際に生活の中で使える食事のとり方を、対象者の属性に応じて伝えるように工夫しています。また、バランスの良い食事の普及のため、**米飯食や米粉の活用**など米をしっかり摂取出来るようなレシピ提供、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事がより簡単に出来るレシピ提供などを行っています。

日の出屋製菓産業株式会社

〔活動期間16年〕

米菓を通じて食や農の楽しさを伝え、
持続可能な社会の実現に貢献する活動



小学校もちつき体験授業



ささら屋立山本店での
田植え体験イベント

しろえびせんべいの日に
県内保育園しろえびせんべい贈呈



五箇山米プロジェクト

産学連携で「食」の大切さを伝える

自社農場での田植えや稲刈り等の体験イベントや、「しろえびせんべいファクトリー」での工場見学の地元小学校等からの受入れ、富山短期大学との連携による地元食材を使用したオリジナル商品開発等、**体験型の企画**を多く実施し、「食」の大切さをより身近に体験できるよう工夫しています。

五箇山米プロジェクト

富山県南砺市及び五箇山農業公社と連携し、**有機米栽培**を目指して取り組んでいます。これらのお米を使用した団子やせんべいなどの商品開発を通じ、世界遺産の五箇山で生産された食、そしてその背景にある自然や文化を**全国に発信**していきます。地域の活性化、そして日本の農業の未来へとつながる取組です。

持続可能な社会の実現に向けた取組

自然循環型企業を目指し、米菓の製造過程で発生する米ぬかを肥料として再利用するとともに、廃棄処分となった米菓を、飼料として近隣の養豚場へ提供するなど、持続可能な社会の実現に向けた取組を進めています。フードバンク活動等にも継続的に協力をしており、**地域社会全体で食品ロス削減に取り組む動きを積極的に牽引**していきたいと考えています。

石川県漁業協同組合

〔活動期間13年〕

かなざわ総合市場模擬セリ体験・料理教室と出前授業

模擬セリ体験



料理教室



小学校での出前授業



煮干しの解剖

「日本人の魚離れ」に終止符を

当漁協は、石川県内の小学校での出前授業として、子ども達に地元の漁業や魚を教える活動を行ってきましたが、その中で魚の名前や食べ方が分からないという子が多くなりました。大人になって知らない魚は食べないということがあり、このままでは「**日本人の魚離れ**」が進むことに危機感を持ち、魚を通じた食育活動に力を入れてきました。

「耳石」を通じて魚への理解を深める取組

出前授業では、**魚も人間と同じような構造があることを教える**ため、「煮干しの解剖」を行い、耳石を探してもらいます。魚によって形も大きさも違う耳石を集めるには頭付きの魚が必要となり、魚の消費拡大につながるほか、魚の身体の構造が理解でき、魚にも命があることを実感する、魚を獲る人、料理を作ってくれる人に感謝する等の効果があり、魚食普及と食育の両方に有効です。

地魚を知り今後、故郷の美味しい魚を語り、自慢できる「営業マン」に育てほしい

模擬セリに並ぶ魚は全て石川県内で獲れた魚を使い、セリにかかる際は魚の特徴、旬、調理法などを伝え、食べてみたいと思ってもらえるように努めています。セリ落とした魚は料理教室で調理法を伝えるので、**家庭でも調理を实践**できます。石川県で人気の魚といえば、ノドグロ、ブリ、ズワイガニが挙げられますが、石川県は四季折々美味しい魚が獲れるので、それらについての**理解を深めてもらい、地魚の消費拡大**につなげていきたいです。